

# Qué hacer antes de una tormenta invernal

*Manténgase informado. Haga un plan. Prepare un kit.*

## Tormentas invernales

Si es posible, permanezca dentro de su casa durante las tormentas invernales. Si tiene que salir, vístase adecuadamente con varias capas de ropa resistente al viento, cúbrase la cabeza, incluídas las orejas, y las manos con guantes para evitar que se congelen.

## Consejos de seguridad para las tormentas invernales

- Si tiene que trabajar al aire libre, tome descansos frecuentes para calentarse y evite los esfuerzos excesivos.
  - Tenga listo un equipo de calefacción de emergencia aprobado para uso en interiores y el combustible adecuado. Las estufas de gas, queroseno o propano no deben utilizarse en interiores por el riesgo de intoxicación por monóxido de carbono.
  - En caso de un apagón, asegúrese de tener iluminación de emergencia, como linternas o lámparas de pilas, y un suministro de pilas o combustible.
  - Prepare un suministro de alimentos no perecederos listos para comer y un suministro de agua para emergencias. Asegúrese de tener un abrelatas manual.
- Escuche la radio o la televisión para obtener información sobre el clima y emergencias. Tenga a la mano una radio que funcione con pilas y pilas adicionales en caso de que se vaya la luz.
  - No viaje a menos que sea absolutamente necesario. Si tiene que viajar, hágalo de día. Tenga a su disposición suministros para emergencias en su vehículo. Lleve una cobija en su vehículo. Considere usar cadenas o llantas para la nieve, si es necesario.

## Por qué debe estar preparado para el invierno

- El 63% de las muertes relacionadas con la temperatura se deben a la exposición al frío.
- La calefacción doméstica improvisada es la segunda causa principal de incendios de casas, y el invierno es la época en la que se producen la mayoría de ellos.
- Viajar durante el invierno conlleva riesgos específicos, especialmente si se viaja en coche.

